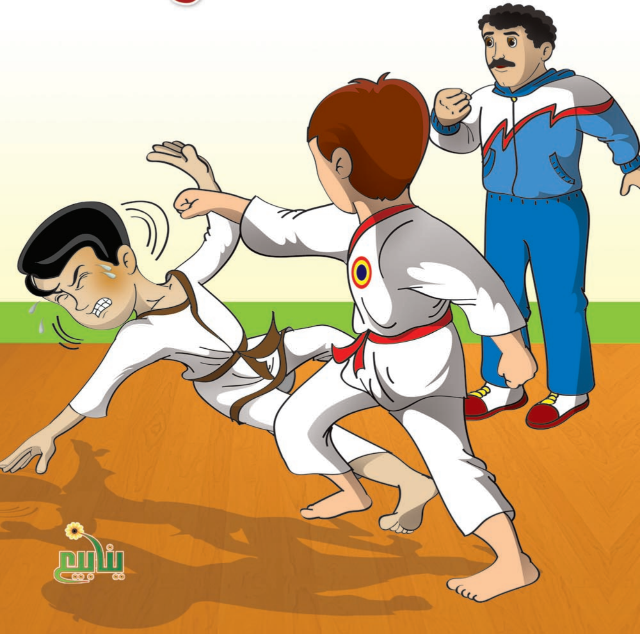
سلسلة التنمية البشرية (2)

أنت الأقوى



ينابيع

التنمية البشرية

أَنْــتَ الأَقْــوَى

تأليف: **عبيـــــر عبد الفتـــاح**

رسوم: **محمـــــود نصــــــر**

مراجعة وتشكيل: **قسم النشر بالدار**

جرافيك وإشراف فني: **سـمر قنـــاوي**

عبد الفتاح،عبير
أنت الأقوى/ تأليف عبير عبد الفتاح
الجيزة: شركة ينابيع للنشر والتوزيع2017
ص؛ سم.
في رأس العنوان: قصص التنمية البشرية
تدمك 978-977-498-370-2
-1 قصص الأطفال
-2 القصص العربية
أ- العنوان: 11 شارع الطوبجي - الدقي - الجيزة
رقم الإيداع 2017/14987

أَشْرَقَتِ الشَّمْسُ، وَبَدَأَتْ أَشِعَّتُهَا تَتَسَرَّبُ إِلَى حُجْرَةِ هَيْثَمٍ وَنَادِرٍ عَبْرَ نَافِذَةٍ أَسْدَلَتِ الأُمُّ عَلَيْهَا سَتَائِرَ حَرِيرِيَّةٍ نَاعِمَةٍ. اسْتَيْقَظَ هَيْثَمٌ، وَعِنْدَمَا سَمِعَ صَوْتَ العَصَافِيرِ تُزَقْزِقُ سَاعِيَةً إِلَى رِزْقِهَا مَلأَتِ الابْتِسَامَةُ وَجْهَهُ البَرِيءَ، وَقَامَ مُسْرِعًا لِيُوقِظَ أَخَاهُ، دَفَعَهُ بِيَدِهِ الصَّغِيرَةِ مَرَّةً وَنَادَاهُ بِصَوْتٍ مُنْخَفِضٍ مَرَّةً، ثُمَّ رَفَعَ صَوْتَهُ عَالِيًا مُنَادِيًا لَـهُ، وَهُنَا اسْتَيْقَظَ نَادِرٌ ذُو الاثْنَي عَشَرَ عَامًا، وَأَزَاحَ الغِطَاءُ عَنْهُ بِعَصَبِيَّةٍ قَائِلًا: (هَلْ هَذِهِ طَرِيقَةٌ تُوقِظُ بِهَا أَخَاكَ الأَكْبَرَ؟!). فَسَكَتَ هَيْثَمٌ حَتَّى أَكْمَلَ نَادِرٌ تَوْبِيخَهُ لَـهُ، وَعَلَى الرَّغْمِ مِنْ كَلامِهِ الـمُسْتَفِزِّ لأَخِيهِ إِلَّا أَنَّ هَيْثَمًا رَدَّ بِجُمْلَةٍ وَاحِدَةٍ: (صَبَاحُ الخَيرِ).



سَمِعَ الوَالِدَانِ صَوْتَ نَادِرٍ وَكَلامَهُ أَثْنَاءَ إِعْدَادِهِمَاالفُطُورَ: فَقَالَتِ الأُمُّ: (هَلْ دَلَّلْنَا نَادِرًا أَكْثَرَ مِنَ اللازِمِ حَتَّى صَارَ عَصَبِيًّا لا يَتَحَمَّلُ تَصَرُّفَاتِ الآخَرِينَ). فَنَظَرَ لَهَا الأَبُ قَائِلًا: (اعْتَقِدُ أَنَّهُ سَيَخْرُ فِي حَيَاتِهِ قَبْلَ أَنْ يَقْطَعَ العِلاقَةَ الطَّيِّبَةَ بَيْنَهُ وَبَيْنَ أَخِيهِ). فَقَرَّرَتِ الأُمُّ أَلَّا تَخْضَعَ لِطَلَبَاتِهِ بِسُهُولَةٍ، أَمَّا الأَبُ فَذَهَبَ إِلَى عَمَلِهِ دُونَ أَنْ يُكَلِّمَهُ عِقَابًا لَهُ؛ بِسَبَبِ عَصَبِيَّتِهِ مَعَ أَخِيهِ.



مَرَّتِ أَيَّامٌ، وَمَا زَالَ نَادِرٌ يُقَابِلُ أَيَّ مَوْقِفٍ بِعَصَبِيَّةٍ تَتَفَاوَتُ فِي شِدَّتِهَا مَعَ اخْتِلافِ الظُّرُوفِ، فَذَاتَ مَرَّةٍ كَانَ يَتَدَرَّبُ فِي حُجْرَتِهِ عَلَى حَرَكَاتِ لُعْبَةِ الكَارَاتِيه؛ لُعْبَتِهِ الـمُفَضَّلَةِ، الَّذِي حَصَلَ فِيهَا عَلَى الحِزَامِ البُنِّيِّ وَيَنْتَظِرُ الحُصُولَ عَلَى بُطُولَةٍ قَرِيبًا. وَدَخَلَ هَيْثَمٌ الحُجْرَةَ فَوَجَدَ نَادِرًا يَقُومُ بِأَدَاءِ حَرَكَاتٍ صَعْبَةٍ وَرَشِيقَةٍ، فَجَلَسَ يَنْظُرُ بِفَخْرٍ إِلَى أَخِيهِ، وَيُصَفِّقُ لَـهُ، وَرَنَّ جَرَسُ التِّلِيفُونِ، فَذَهَبَ نَادِرٌ لِلرَّدِّ، وَكَانَ الخَالُ، فَجَلَسَ يُحَدِّثُهُ.



أَمَّا هَيْثَمٌ فَوَقَفَ مَكَانَ أَخِيهِ مُقَلِّدًا إِيَّاهُ تَـمَامًا فِي أَدَاءِ حَرَكَاتِ الكَارَتِيه، وَلَكِنَّهُ أَطَاحَ بِكُوبِ عَصِيرٍ كَانَ نَادِرٌ قَدْ أَعَدَّهُ لِنَفْسِهِ، وَمَلأَ العَصِيرُ وَزُجَاجُ الكُوبِ الـمَكْسُورِ الأَرْضَ، وَعِنْدَهَا لَـمْ يَتَمَالَكْ نَادِرٌ أَعْصَابَهُ، وَعِنْدَ شُعُورِهِ بِالغَضَبِ لَـمْ يُحَاوِلْ أَنْ يُهَدِّئَ مِنْ رَوْعِ نَفْسِهِ، أَوْ يَتَذَكَّرَ عُمْرَ أَخِيهِ الصَّغِيرِ وَنُدْرَةَ خِبْرَتِهِ، وَلا عَطْفَهُ الوَاجِبَ عَلَيْهِ، بَل اسْتَشَاطَ غَضَبًا، وَوَجَدَ فِي صُرَاخِهِ وَكَلامِهِ الجَارِحِ مُتَنَفَّسًا لِـهَذَا الشُّعُورِ الَّذِي تَرَكَهُ يُسَيْطِرُ عَلَيْهِ.



وَبَدَأَ نَادِرٌ يُهَدِّدُ هَيْثَمًا بِالضَّرْبِ، بَلْ أَمْسَكَ يَدَهُ بِعُنْفٍ وَطَلَبَ مِنْهُ أَنْ يَجْمَعَ الزُّجَاجَ الـمُبَعْثَرَ، ويَمْسَحَ الأَرْضَ وَيُنَظِّفَهَا، وَيُعِدَّ كُوبًا آخَرَ. وَمَشَى هَيْثَمٌ لِيُنَفِّذَ أَوَامِرَهُ، وَرَجَعَ نَادِرٌ لِسَمَّاعَةِ التِّلِيفُونِ وَقَدِ احْمَرَّ وَجْهُهُ، وَتَسَارَعَتْ ضَرَبَاتُ قَلْبِهِ مِنْ شِدَّةِ انْفِعَالِـهِ.



دَخَلَ هَيْثَمٌ الحُجْرَةَ مَرَّةً أُخْرَى، وَأَخَذَ يَمْسَحُ آثَارَ العَصِيرِ وَحْدَهُ، وَيَجْمَعُ الزُّجَاجَ الـمُتَنَاثِرَ، وَعِنْدَمَا رَآهُ نَادِرٌ أَمَامَهُ مَرَّةً أُخْرَى بَدَأَ فِي تَوْجِيهِ كَلِمَاتٍ، مِثْلِ: (إِنَّكَ طِفْلٌ، وَفَاشِلٌ، وَلا تُحْسِنُ فِعْلَ شَيءٍ)، وَقَالَ ذَلِكَ وَهُوَ يُكَلِّمُ خَالَهُ، وَشَعَرَ هَيْثَمٌ بِالضِّيقِ وَالإِهَانَةِ وَالخَجَلِ مِنْ كَلامِ أَخِيهِ الجَارِحِ الَّذِي سَمِعَهُ خَالُهُ عَبْرَ سَمَّاعَةِ التِّلِيفُونِ، ثُمَّ أَغْلَقَ نَادِرٌ الخَطَّ.



وَهُنَا كَانَتِ الأُمُّ قَدْ أَتَتْ مِنْ عَمَلِهَا، وَوَجَدَتْ هَيْثَمًا حَزِينًا مُحْبَطًا، بَدَأَتْ مَشَاعِرُهُ تَتَغَيَّرُ نَحْوَ أَخِيهِ، وَقَدْ بَدَأَ شُعُورُ الغَضَبِ يَتَكَوَّنُ دَاخِلَهُ فِي صَمْتٍ. فَلاحَظَتِ الأُمُّ ذَلِكَ بِسُهُولَةٍ، وَعَلِمَتْ مِنْ هَيْثَمٍ أَنَّ نَادِرًا أَسَاءَ لَهُ كَثِيرًا أَمَامَ خَالِهِ فِي التِّلِيفُونِ، فَقَالَتْ لِنَادِرٍ: (إِنَّكَ وَصَلْتَ لِمَرْحَلَةٍ تُدَمِّرُ بِهَا حَيَاتَنَا جَمِيعًا، سَيْطِرْ عَلَى نَفْسِكَ يَا بُنَيَّ عِنْدَمَا تَجِدُهَا قَدْ فَلَتَتْ مِنْكَ.. تَغَلَّبْ عَلَى شَيْطَانِكَ الَّذِي يَغْوِيكَ بِإِيذَاءِ أَخِيكَ الصَّغِيرِ حَتَّى تُخْرِجَ مَا بِدَاخِلِكَ مِنْ شُحْنَةِ الغَضَبِ).



وَفِي النَّادِي، اجْتَمَعَتِ الأُسْرَةُ مَسَاءً لِتُحَاوِلَ إِرْجَاعِ مَشَاعِرِ الـهُدُوءِ وَالسَّكِينَةِ وَالحُبِّ وَالاحْتِوَاءِ لِـهَيْثَمٍ كَمَا كَانَ قَبْلَ أَنْ يَضَعَ نَادِرٌ بِدَاخِلِـهِ مَا وَلَّدَ عِنْدَهُ شُعُورَ الغَضَبِ مِنْ قِلَّةِ العَطْفِ وَكَثْرَةِ فَرْضِ الأَوَامِرِ وَنَقْدِهِ أَمَامَ الآخَرِيينَ وَتَكْلِيفِهِ بِأَعْمَالٍ فَوْقَ طَاقَتِهِ. وَرَفَضَ هَيْثَمٌ الجُلُوسَ مَعَ وَالِدَيْهِ، وَذَهَبَ لِيَجْلِسَ وَحِيدًا إِلَى مِنْضَدَةٍ أُخْرَى وَمَعَهُ لُعْبَتُهُ الصَّغِيرَةُ، وَقَدْ أَصْبَحَ يُعَامِلُـهَا بِعُنْفٍ. فَقَالَ الأَبُ لِلأُمِّ: (لَقَدْ أَصْبَحَ نَادِرٌ غَضُوبًا عَنِيفًا بِسَبَبِ التَّدْلِيلِ الـمُبَالَغِ فِيهِ وَالاسْتِجَابَةِ السَّرِيعَةِ لِطَلَبَاتِهِ. فَمَا بَالُنَا بِهَيْثَمٍ الَّذِي تَتَجَمَّعُ لَدَيْهِ الآنَ كُلُّ أَسْبَابِ الـمَيْلِ لِشُعُورِ الغَضَبِ بِسَبَبِ مُعَامَلَةِ أَخِيهِ لَـهُ). اتَّصَلَ الأَبُ بِالخَالِ الَّذِي أَتَى مُسْرِعًا، فَوَجَدَ هَيْثَمًا يَجْلِسُ وَحِيدًا وَأَمَامَهُ كُوبُ عَصِيرٍ لا يُرِيدُ أَنْ يَتَذَوَّقَهُ، وَبِجَانِبِهِ لُعْبَةٌ مُهْمَلَةٌ.



فَبَدَأَ الخَالُ بِالثَّنَاءِ عَلَيْهِ وَالإِشَادَةِ بِأَخْلاقِهِ الَّتِي يُحِبُّهُ الجَمِيعُ مِنْ أَجْلِهَا، وَكَذَلِكَ بِتَفَوُّقِهِ وَذَكَائِهِ، فَهَدَأَ هَيْثَمٌ، وَبَدَأَ يَشْعُرُ بِالثِّقَةِ فِي نَفْسِهِ أَمَامَ خَالِهِ، فَقَالَ الخَالُ: (هَلْ أَنْتَ غَاضِبٌ مِنْ أَخِيكَ نَادِرٍ؟ لا تَخْجَلْ، فَأَنَا أَيْضًا لا تُعْجِبُنِي تَصَرُّفَاتُهُ، سَنُحَاوِلُ مَعًا أَنْ نُغَيِّرَ نَادِرًا لَعَلَّهُ يَرْجِعُ مِثْلَمَا كَانَ، وَأَثْنَاءَ ذَلِكَ لا تَغْضَبْ مِنْهُ، وَإِذَا تَطَاوَلَ عَلَيْكَ حَاوِلْ أَنْ تَتَسَامَحَ مَعَهُ، وَتَبْتَعِدَ عَنْهُ؛ بِأَنْ تَذْهَبَ لِلصَّلاةِ، أَوْ تَجْلِسَ لِقِرَاءَةِ قِصَّةٍ جَمِيلَةٍ، أَوْ تُذَاكِرَ، أَوْ تَشْرَبَ عَصِيرًا طَازِجًا مِثْلَ الَّذِي أَمَامَكَ وَلا تَشْرَبَ مِنْهُ). فَضَحِكَ هَيْثَمٌ ضَحِكَةً سَعِيدَةً هَادِئَةً. أَمَّا الوَالِدَانِ فَكَانَا يَجْلِسَانِ إِلَى مِنْضَدَةٍ بَعِيدَةٍ قَلِيلًا عَنْ هَيْثَمٍ، وَيُرَاقِبَانِ فَرْحَتَهُ بِثَنَاءِ خَالِهِ عَلَيْهِ.



وَفِي الـمُبَارَاةِ الَّتِي كَانَ يَتَدَرَّبُ لَـهَا نَادِرٌ حَذَّرَهُ الـمُدَرِّبُ قَبْلَـهَا مِنْ أَيِّ عُنْفٍ أَثْنَاءَ الـمُبَارَاةِ وَالَّذي قَدْ يُؤَدِّي إِلَى شَطْبِهِ مِن اتِّحَادِ اللُّعْبَةِ، مُوَضِّحًا لَـهُ أَنَّ أَيَّ عَصَبِيَّةٍ قَدْ تُنْهِي أَمَلَـهُ فِي التَّمَيُّزِ، بَلْ وَفِي اللَّعِبِ كُلِّهِ. وَبَدَأَتِ الـمُبَارَاةُ، وَظَهَرَ مُنْذُ البِدَايَةِ تَفَوُّقُ نَادِرٍ، وَعَلَى الرَّغْمِ مِنْ ذَلِكَ كَانَ هُدُوءُ اللاعِبِ الـمُنَافِسِ وَسَيْطَرَتُهُ عَلَى أَعْصَابِهِ وَتَحَكُّمُهُ فِي انْفِعَالاتِهِ سَبَبًا لِفَوْزِهِ بَعْدَ بِضْعِ دَقَائِقَ.



أَمَّا نَادِرٌ فَقَدْ فَقَدَ عَزِيمَتَهُ مَعَ أَوَّلِ تَفَوُّقٍ لِـمُنَافِسِهِ وَلَـمْ يَسْتَطِعْ أَنْ يَمْلأَ نَفْسَهُ بِالإِصْرَارِ، بَل اسْتَسْلَمَ كَعَادَتِهِ لِلغَضَبِ الَّذِي مَلأَهُ عِنْدَمَا تَفَوَّقَ خِصْمُه ُعَلَيْهِ قَلِيلاً، وَانْتَهَتِ الـمُبَارَاةُ بِفَوْزِ اللَّاعِبِ الـمُنَافِسِ وَهَزِيمَةِ نَادِرٍ بَعْدَ أَنْ حَصَلَ عَلَى عِقَابٍ َنَتَجَ عَنْهُ حِرْمَانُهُ مِنْ تَكْمِلَةِ الـمُسَابَقَةِ، بَلْ وَكَانَ قَرَارُ لَجْنَةِ الحُكَّامِ بِمَنْعِهِ مِنَ الـمُشَارَكَةِ فِي الـمُسَابَقَةِ القَادِمَةِ لِتَعَامُلِهِ بِعُنْفٍ مَعَ الـمُنَافِسِ وَخُرُوجِهِ عَلَى قَانُونِ اللُّعْبَةِ.

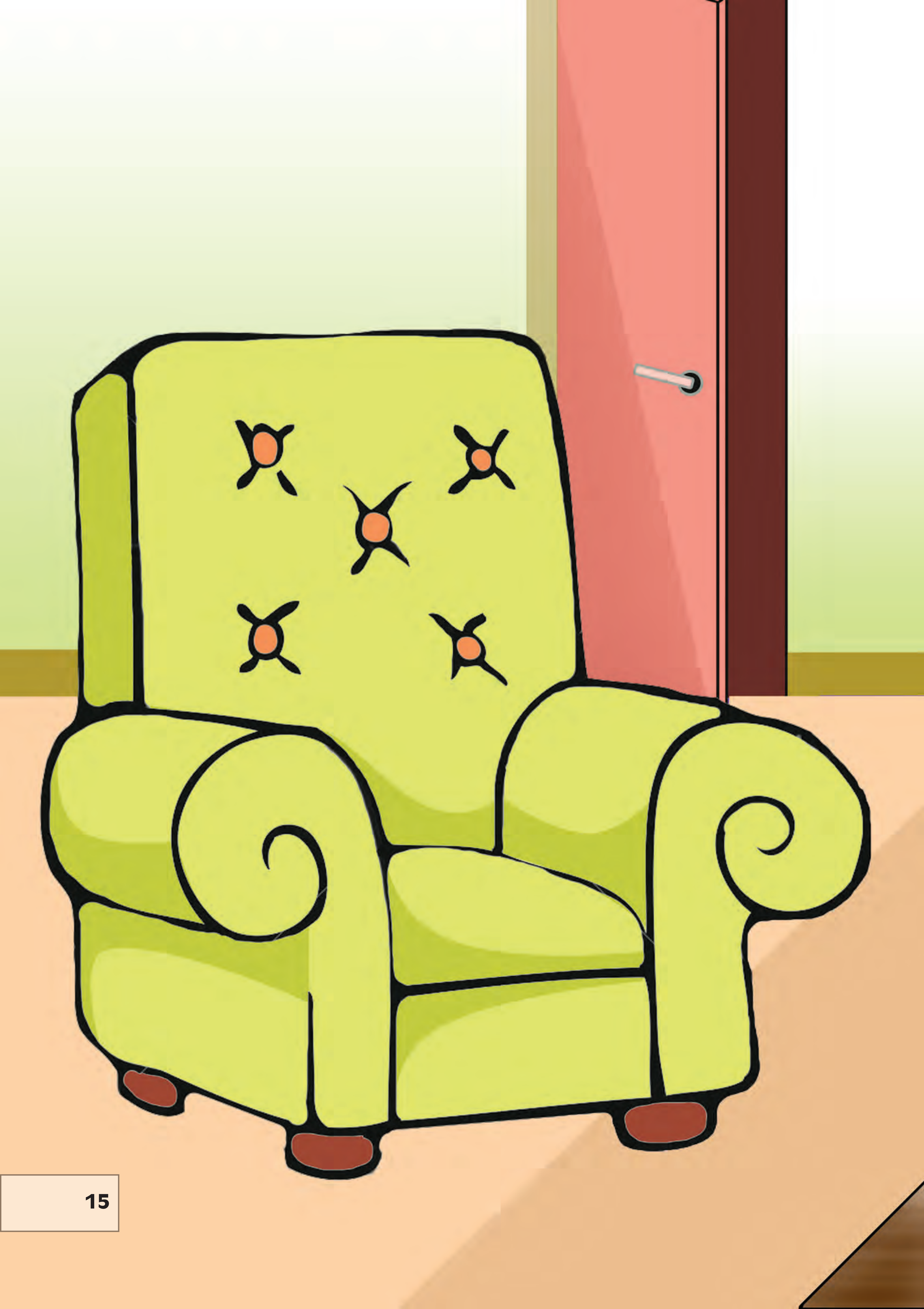


وَأَخَذَ الوَالِدَانِ نَادِرًا إِلَى الـمَنْزِلِ، وَكَانَتْ حَالَتُهُ النَّفْسِيَّةُ مَا بَيْنَ الغَضَبِ وَالنَّدَمِ بِسَبَبِ الغَضَبِ، وَكَانَتْ كَلِمَاتُ أُمِّهِ عِنْدَمَا كَانَ يَتَدَرَّبُ فِي حُجْرَتِهِ، وَإِهَانَةُ أَخِيهِ الصَّغِيرِ تَتَرَدَّدُ فِي أُذُنِهِ: (سَيْطِرْ عَلَى نَفْسَكَ يَا بُنَيَّ عِنْدَمَا تَجِدُهَا قَدْ فَلَتَتْ مِنْكَ.. تَغَلَّبْ عَلَى شَيْطَانِكَ الَّذِي يُغْوِيكَ بِإِيذَاءِ أَخِيكَ الصَّغِيرِ). وَفِي الـمَنْزِلِ أَجْلَسَ الأَبُ نَادِرًا وَنَبَّهَهُ إِلَى أَنَّ الانْفِعَالَ قَدْ أَثَّرَ عَلَى حَيَاتِهِ وَصِحَّتِهِ بِالسَّلْبِ، وَطَلَبَ مِنْهُ أَنْ يَبْدَأَ حَيَاةً جَدِيدَةً بِشَخْصِيَّةٍ تُسَيْطِرُ عَلَى غَضَبِهَا. وَأَنْ يَتَّخِذَ رَسُولَ اللـهِ - صَلَّى اللَّـهُ عَلَيْهِ وَسَلَّـمَ – قُدْوَةً؛ فَقَدْ أَمَرَنَا بِعَدَمِ الغَضَبِ، وَأَنْ نَتَوَضَّأَ لِنَهْدَأَ، وَإِذَا أَصَابَنَا الغَضَبُ نَجْلِسُ لِنَسْتَرِيحَ. وَأَكْمَلَ الأَبُ: (الاسْتِسْلَامُ لِشُعُورِ الغَضَبِ يُؤْذِي صَاحِبَهُ مِثْلَـمَا حَدَثَ لَكَ اليَومَ، وَيُؤْذِي مَنْ هُمْ حَوْلَ الغَاضِبِ كَمَا فَعَلْتَ مَعَ أَخِيكَ وَمُنَافِسِكَ الـمُصَابِ بِسَبَبِكَ الآنَ).



خَرَجَ الأَبُ مِنَ الحُجْرَةِ وَجَلَسَ نَادِرٌ يُفَكِّرُ مُطَأْطِئًا رَأْسَهُ، ثُمَّ اسْتَغْفَرَ اللَّـهَ. وَبَعْدَ نِصْفِ سَاعَةٍ دَخَلَ إِلَى حُجْرَةِ الضُّيُوفِ الَّذِي يَجْلِسُ فِيهَا وَالِدَاهُ وَأَخُوهُ هَيْثَمٌ حَامِلًا صِينِيَّةً عَلَيْهَا أَكْوَابُ عَصِيرٍ، وَقَدَّمَهَا لَـهُمْ جَمِيعًا، وَاعْتَذَرَ لأَخِيهِ عَنْ سُوءِ أَخْلاقِهِ مَعَهُ، فَابْتَسَمَ هَيْثَمٌ وَاحْتَضَنَ أَخَاهُ بِفَرَحٍ.





الدُّرُوسُ الـمُسْتَفَادَةُ:

1) حَاوِلْ أَنْ تُدَرِّبَ نَفْسَكَ عَلَى مُوَاجَهَةِ الـمَشَاكِلِ بِهُدُوءٍ.

2) كُــنْ رَحِيمًا وَدُودًا مُتَعَــاوِنًا مَـعَ الآخَرِيـيـنَ.

3) إِذَا وَجَدْتَ فِي سُلُوكِكَ شَيئًا يَكْرَهُهُ النَّاسُ حَاوِلْ أَنْ تُصْلِحَهُ.

4) الغَضَـبُ شُعُـورٌ يُؤْذِيـكَ صِـحِيًّا وَإِنْسَـانِيًّا وَاجْتِمَاعِيًّا.

5) إِذَا تَـمَالَكْتَ نَفْسَكَ عِنْدَ الغَضَبِ فَذَلِكَ عَلامَةٌ عَلَى قُوَّتِكَ النَّفْسِيَّةِ وَالدِّينِيَّةِ، فَقَدْ قَالَ رَسُولُ اللهِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: (لَيْسَ الشَّدِيدُ بِالصُّرْعَةِ، إِنَّمَا الشَّدِيدُ الَّذِي يَمْلُكُ نَفْسَهُ عِنْدَ الغَضَبِ)[متفق عليه]. مَعْنَى الصُّرْعَةِ: القَوِيُّ الَّذِي يُصَارِعُ الآخَرِيـنَ فَيَهْـزِمُهُـمْ.